

RESTEZ COOL CET ÉTÉ GRÂCE À LA MODÉRATION



LIMITES POUR
LES FEMMES

2 VERRES
PAR JOUR

10 VERRES
PAR SEMAINE

LIMITES POUR
LES HOMMES

3 VERRES
PAR JOUR

15 VERRES
PAR SEMAINE

**CONNAISSEZ VOS LIMITES.
RESTEZ PRUDENTS ET EN SANTÉ.**



Centre canadien sur
les dépendances et
l'usage de substances

Données. Engagement. Résultats.

SI VOUS ÊTES ENCEINTE OU PRÉVOYEZ LE DEVENIR, OU AVANT
D'ALLAITER, LE CHOIX LE PLUS SÛR EST DE NE PAS BOIRE D'ALCOOL.